

Будь здоров!



Режим дня.



Режим дня – это распорядок дел, действий, которые вы совершаете в течение дня.

Личная гигиена

Гигиена
жилища



Гигиена
кожи



Гигиена
питания



Гигиена
воды



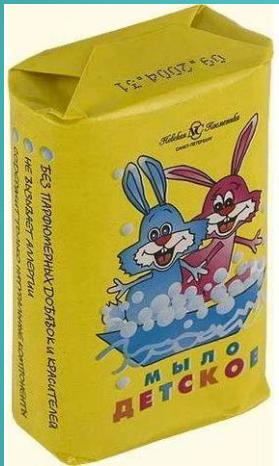
Гигиена
одежды



Личная гигиена.



Это правила, выполнение которых поможет не болеть и укрепить своё здоровье.

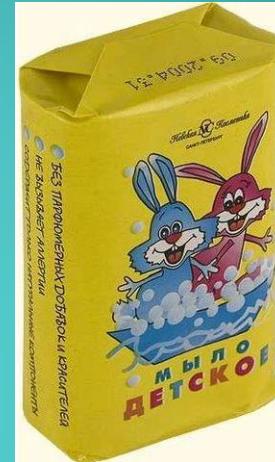


Какие предметы у каждого человека
должны быть личными, а какими
могут пользоваться все члены семьи?

Личные



Для семьи



Отгадайте загадку.

Когда мы едим -
Они работают,
Когда не едим -
Они отдыхают.
Не будем их чистить -
Они заболеют.



Зубы

Чисти зубы 2 раза в день:
утром и вечером.

ПРАВИЛЬНОЕ



ПИТАНИЕ

Наши помощники в сохранении здоровья.

Режим дня



Личная гигиена



Правильное питание



Спорт



Желаю здоровья

